

Утверждаю

МКДОУ п.Горноправдинск д.сад "Сказка"  
/Хохрякова А,В./

# МЕНЮ

10 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,1	4,9	28,1	177	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,1	2,7		33	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	160	2,3	2	19,8	107	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,1	57	0
<b>Итого</b>			<b>349</b>	<b>11,3</b>	<b>13,9</b>	<b>60</b>	<b>411</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	93	0,5		6,8	29	159,4
<b>Итого</b>			<b>93</b>	<b>0,5</b>		<b>6,8</b>	<b>29</b>	<b>159,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180/5	4,2	4,6	9,3	98	9,9
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	90	3,8	3,1	24	139	0
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	13,3	11,9	8,3	207	8,7
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,2	1,6	1,3	21	0
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,1	0,1	20,8	84	1,49
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,3	0,3	15	73	0
<b>Итого</b>			<b>552</b>	<b>23,9</b>	<b>21,6</b>	<b>78,7</b>	<b>622</b>	<b>20,09</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	158	4,5	4,9	7,2	92	0,8
2008		ЗЕФИР	12	0,1		9	37	0
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>4,6</b>	<b>4,9</b>	<b>16,2</b>	<b>129</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
		РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	80	14,3	9,3	37,1	290	1
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	150/11	0,1		11,5	46	0
<b>Итого</b>			<b>241</b>	<b>14,4</b>	<b>9,3</b>	<b>48,6</b>	<b>336</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>54,7</b>	<b>49,7</b>	<b>210,3</b>	<b>1527</b>	<b>182,19</b>

Утверждаю

МКДОУ п.Горноуральский д.сад "Сказка"  
/Хохрякова А.В./

# МЕНЮ

10 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,7	7,2	36,9	238	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,2	0,1	56	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	3,1	4		49	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	190	2,8	2,4	23,7	128	0,95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3	0,3	19,8	93	0
<b>Итого</b>			<b>452</b>	<b>15,6</b>	<b>20,1</b>	<b>80,5</b>	<b>564</b>	<b>1,15</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	93	0,5		6,8	29	159,4
<b>Итого</b>			<b>93</b>	<b>0,5</b>		<b>6,8</b>	<b>29</b>	<b>159,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/8	5	6,5	11,3	128	11,5
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4	3,8	25,5	153	0
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	14,5	13,4	9,2	231	10
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,3	3,4	1,7	39	0
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,1	0,1	25,1	102	1,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,9	0,4	18,7	90	0
<b>Итого</b>			<b>673</b>	<b>26,8</b>	<b>27,6</b>	<b>91,5</b>	<b>743</b>	<b>23,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	158	4,5	4,9	7,2	92	0,8
2008		ЗЕФИР	19	0,2		15	61	0
<b>Итого</b>			<b>177</b>	<b>4,7</b>	<b>4,9</b>	<b>22,2</b>	<b>153</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
		РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	80	14,1	10,7	36,6	297	1
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180/13	0,1		12,5	51	0
<b>Итого</b>			<b>273</b>	<b>14,2</b>	<b>10,7</b>	<b>49,1</b>	<b>348</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>61,8</b>	<b>63,3</b>	<b>250,1</b>	<b>1837</b>	<b>185,65</b>